

保護者 様

令和2年4月8日

亀岡市立東輝中学校  
校長 川勝 哲也

## 新型コロナウイルス感染症の予防について

陽春の候 保護者の皆様にはますますご健勝にてお過ごしのことと存じます。  
今年度も、本校教育にご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。  
さて、国内における新型コロナウイルス感染症の発生状況及び亀岡市でも新型コロナウイルス感染者が出ていることから、改めて下記の感染予防対策に努めていただきますようよろしくお願い致します。

### 記

#### 1 家庭における感染予防対策について

##### (1) 毎日の健康観察

毎朝、体温測定をしてください。  
かぜの症状がみられる場合は自宅で休養するようにしてください。

##### (2) 「手洗い」「うがい」の励行

外から帰ったとき、トイレの後、食事の前後などこまめに手を洗うようにしましょう。  
手を拭くタオル・ハンカチ等は個人持ちとして、共用しないようにしましょう。

##### (3) マスクの着用（可能な範囲）

咳やくしゃみが出る時にはマスクをつけるか、ハンカチや服の袖で口を押さえることです。  
手を使うと、手を媒介にウイルスが広がりやすくなります。

##### (4) 免疫力を高める

十分な睡眠とバランスのよい食事に心がけましょう。

##### (5) こまめな水分補給をする

からだ乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下します。

##### (6) 不要不急の外出はできるだけ控える

◎3つの条件（換気の悪い密閉空間・多くの人々が密集・近距離での会話や発声）が同時に重なる場を避けることはもちろんのこと、手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染症対策をお願いします。

#### 2 次の症状がある場合は（1）（2）を目安に「帰国者・接触者相談センター」に相談するようにしてください。

##### (1) かぜの症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。

（解熱剤を飲み続けなければならないときを含む）

##### (2) 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。

\*基礎疾患等のある場合は、上の状態が2日以上続く場合

《新型コロナウイルス感染症専用相談窓口》

京都府南丹保健所

電話 0771-62-2979

受付時間 午前8時30分～午後5時15分（平日）

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をおねがいします

# 3つの「密」を避け ましょう!

①換気の悪い  
密閉空間



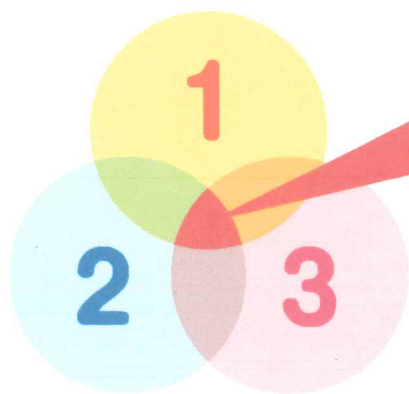
②多数が集まる  
密集場所



③間近で会話や  
発声をする  
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。  
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が  
クラスター(集団)発生の  
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には  
消毒などを行ってください。

